Aus der Abteilung für Ernährungsphysiologie des Reichsgesundheitsamts
(Leiter: Direktor Professor Dr. med. O. Flößner)

Die tierischen Nahrungsmittel in der bäuerlichen Ernährung in Pommern

(Kreis Flatow)

Inaugural-Dissertation

zur Erlangung des Medizinischen Doktorgrades an der Friedrich-Wilhelms-Universität zu Berlin

Vorgelegt von

Horst Schröter

aus Berlin

Tag der Promotion: 10. September 1940

Buchdruckerei Hanns Michel, Berlin NW 7, Marienstraße 11

M 216

Gedruckt mit Genehmigung
der
Medizinischen Fakultät der Universität Berlin

*

Dekan: Prof. Dr. Kreuz
Referent: Prof. Dr. Flößner
Korreferent: Prof. Dr. Lohmann

R. UNIV.
BIBLIOTHEEK
LEIDEN

Einteilung:

1. Einleitung.
2. Tatsächlicher Verbrauch in den vier Dörfern: Schwente, Neu-Schwente, Kleschin und Wonzow.
3. Vergleich mit den deutschen Verbrauchszahlen.
4. Vergleich mit den Untersuchungsergebnissen aus anderen Gegenden.
5. Gesunde Ernährung auf dem Lande.

I. Einleitung.

Erst wenige Jahre sind vergangen, seit die ersten eingehenderen Untersuchungen über die Ernährung der Landbevölkerung durchgeführt und die Ergebnisse veröffentlicht wurden.

Bei den meisten Arbeiten dieser Art wurden die Grundlagen dadurch beschafft, daß Fragebogen an die einzelnen Haushaltungen zum Ausfüllen verschickt wurden. Hierin liegt eine große Gefahr für die Genauigkeit dieser Arbeiten; denn dieses Selbstausfüllen der Bogen bringt bewußt und unbewußt falsche Angaben mit sich. Der Bauer ist mißtrauisch und wird sich auch durch eine genaue schriftliche Erklärung über das Warum und Weshalb dieser Erhebungen nur ungern dazu bereit finden, den Fragebogen „nach bestem Wissen und Gewissen" auszufüllen. Solche Angaben werden wohl oft erheblich unter dem tatsächlichen Verbrauch bleiben. Zu diesen bewußten Fehlern kommen nun noch die unbeabsichtigten, durch Mißverständnis einzelner Fragen bewirkten falschen Angaben. Außerdem ist die Hausfrau, die ja wohl hauptsächlich die Eintragungen machen soll, nicht nur in den kleineren, sondern auch in den größeren bäuerlichen Familien derartig überlastet, daß sie beim besten Willen einfach nicht die Zeit hat, die Fragebogen so genau zu beantworten, wie es für eine Ernährungserhebung nötig ist. Zu einseitigen Werten muß es auch führen, wenn die ärmeren Schichten der ländlichen Bevölkerung, also vor allem die Landarbeiter, von der Umfrage nicht mit erfaßt werden.

Bei der Arbeit von T i e d k e lagen die Verhältnisse so, daß hier die Ernährung der Gutsarbeiter einiger pommerscher Güter untersucht worden war. Zu diesem Zweck sind die Fragebogen an die einzelnen Gutsherren verschickt worden. Also auch hier wieder das „Selbstausfüllen" der Fragebogen mit der Möglichkeit der subjektiven Deutung. Und somit ergibt sich auch hier eine Fehlergröße, die eine exakte Berechnung der Ergebnisse nicht zuläßt. Die andere Gefahr für diese Arbeiten liegt in der geringen Zahl der Untersuchungen. Und ganz besonders noch dann, wenn die Ergebnisse dieser wenigen Untersuchungen verallgemeinert und für ganze Provinzen als gültig erklärt werden.

Um einen richtigen Überblick über die Ernährung auf dem Lande zu bekommen, müssen in den einzelnen Gegenden Deutschlands sehr viele Familien untersucht werden. Auch müssen sich die Untersuchungen über größere Zeitspannen erstrecken. Bezüglich des letzten Punktes fällt die Arbeit von Elisabeth D u l o n : „Untersuchungen über die Ernährung bäuerlicher Familien" besonders auf, denn hier

sind die Untersuchungen sorgfältig drei Jahre lang genau durchgeführt worden. Leider herrscht aber auch hier wieder die „kleine Zahl" der Untersuchungen (nur 31 Familien)!

Diese beiden großen Fehlerquellen galt es bei allen zukünftigen Erhebungen zu vermeiden.

Die einzig mögliche Methode, einigermaßen genaue und statistisch verwertbare Angaben zu bekommen, ist die persönliche Befragung. Durch eine geschickt geführte Unterhaltung mit der Hausfrau an Hand eines genauestens durchgearbeiteten Fragebogens kann man zu besseren und sehr gut verwertbaren Ergebnissen kommen. Ungenaue Angaben wie: viel, wenig, selten, manchmal, ab und zu, und andere mehr können durch exakte Nachfragen restlos ausgeschaltet werden.

Diese Methode wurde auch allein angewandt, als 1935 die Fachgruppen der einzelnen Universitäten anfingen, die Studenten im Rahmen des Reichsberufswettkampfes für diese ernährungsstatistischen Dorfuntersuchungen einzusetzen. Leider blieb auch hier die „kleine Zahl" der Untersuchungen nach wie vor bestehen, da es anfangs unmöglich war, innerhalb eines Semesters mehr als ein Dorf zu untersuchen, und oft ist auch dieses eine Dorf nur recht unvollkommen erfaßt worden.

1938 kam von der Fachgruppe Medizin der Studentenführung der Universität Berlin der entscheidende Anstoß, der für alle zukünftigen Dorfuntersuchungen durch Studenten richtunggebend sein wird. Die Fachgruppe bezog nämlich in der deutschen Grenzmark in der Nähe von Flatow für die Dauer von zwei Wochen ein Lager, das durch seine zentrale Lage die Möglichkeit gab, in dieser kurzen Zeit vier Dörfer nach allen medizinischen Gesichtspunkten hin durchzuuntersuchen. Die Lagerbelegschaft bestand aus 60 Medizinstudenten höherer Semester der Universität Berlin, die vorher in den einzelnen Arbeitsgemeinschaften theoretisch für diese Dorfuntersuchungen vorbereitet worden waren. Vertreten waren dabei die Fachgebiete: Ernährungsphysiologie, Hygiene, Pädiatrie, Tuberkuloseforschung, Erbbiologie und Zahnmedizin. Durch engste Zusammenarbeit der einzelnen Gruppen wurde die einheitliche Durchführung der Untersuchungen gewährleistet und ein Austausch der Ergebnisse bezw. ein Hinweisen auf besonders gelagerte Fälle ermöglicht.

Untersucht worden sind die Dörfer: Schwente, Neu-Schwente, Kleschin und Wonzow, sämtlich im Kreise Flatow in Pommern nahe der ehemals polnischen Grenze gelegen.

Diese vier Dörfer mit insgesamt 335 Haushaltungen und 1632 Personen sind von den Untersuchungen zu 100 % erfaßt worden!

Die Ergebnisse der hier vorliegenden Arbeit beruhen auf den Erhebungen der ernährungsphysiologischen Gruppe der Lagermannschaft.

Diese Erhebungen sind mit Hilfe eines selbst ausgearbeiteten Fragebogens durchgeführt worden. Ein Muster dieses Fragebogens ist im Anhang beigefügt. Auf den ersten Blick scheint es unmöglich zu sein, nach diesem, mit vielen Fragen bis ins einzelne gehenden

Bogen zu arbeiten; jedoch fünfsemestrige Arbeit hat bei der Auswertung immer gezeigt, daß ein Fragebogen für diese statistischen Erhebungen niemals genau genug sein kann. Und bei der „individuellen Behandlung" der einzelnen Hausfrauen durch den Fragenden ist es für diesen ein Leichtes, im Rahmen der Unterhaltung alle Fragen zu berühren. Bewährt hat sich auch die mehrfache Befragung der einzelnen Familien während dieser Wochen, denn die Genauigkeit der Durchschnittswerte für die einzelnen Nahrungsmittel ist dadurch verstärkt worden.

Z w e c k u n d Z i e l dieser vorliegenden Arbeit soll es nun sein, eine möglichst genaue Darlegung der Ernährungsverhältnisse in diesen vier Grenzdörfern zu geben, allerdings nur bezüglich des Verbrauchs der tierischen Nahrungsmittel wie Fleisch, Fisch, Eier, Milch und der Milchprodukte. Die hier gefundenen Ergebnisse sollen mit den deutschen Durchschnittswerten und Bedarfszahlen, sowie auch mit den Untersuchungsergebnissen aus anderen Gegenden Deutschlands verglichen werden.

Die im folgenden gefundenen Ergebnisse sollen nicht etwa als gültig für die ganze Grenzmark oder auch nur für den Kreis Flatow hingestellt werden. Trotz der Übereinstimmung der vier Dörfer in vielen Dingen müßten selbst in diesem Kreise noch an mindestens 2 bis 3 anderen Stellen die gleichen Untersuchungen durchgeführt werden, damit die Ernährung für den Kreis Flatow als „festgelegt" bezeichnet werden könnte.

II. Tatsächlicher Verbrauch in den vier Dörfern: Schwente, Neu-Schwente, Kleschin und Wonzow.

Zur besseren Orientierung sei zunächst ein allgemeiner Überblick über die wirtschaftliche und soziale Lage, sowie über die persönlichen Verhältnisse der untersuchten Dorfbewohner vorausgeschickt.

Wenn in dem folgenden Bericht von „Familie" oder „Haushaltung" gesprochen wird, so handelt es sich hier meist nicht nur um die einzelnen Familien allein, sondern häufig auch um deren Angehörige (Eltern und Geschwister des Haushaltungsvorstandes oder seiner Frau), sowie Knechte und Mägde. In Wirklichkeit sind diese also „Familiengemeinschaften".

Untersucht wurden:

in Schwente	175 Haushalt.	mit	909	Pers. (allgem. Personenzahl)
			797,5	Voll-Pers. (reduz. Personenzahl)
		also	4,6	Pers. pro Familie
in Neu-Schwente	54 Haushalt.	mit	238	Pers. (allgem. Personenzahl)
			209,5	Voll-Pers. (reduz. Personenzahl)
		also	3,9	Pers. pro Familie
in Kleschin	69 Haushalt.	mit	315	Pers. (allgem. Personenzahl)
			287,5	Voll-Pers. (reduz. Personenzahl)
		also	4,2	Pers. pro Familie
in Wonzow	37 Haushalt.	mit	170	Pers. (allgem. Personenzahl)
			148	Voll-Pers. (reduz. Personenzahl)
		also	4	Pers. pro Familie

Insgesamt handelt es sich um 335 Haushaltungen mit insgesamt 1632 Personen (allgemeine Personenzahl) oder 1442,5 Personen (reduzierte Personenzahl). Die reduzierte Personenzahl-Vollpersonenzahl wurde errechnet, indem die Kinder unter 12 Jahren als ½ Personen, die über 12 Jahren als ganze Personen zählten. Bei einer Vergleichsberechnung nach der alten Art mit ¼, ½, ¾ und ganzen Personen hat sich herausgestellt, daß die sich ergebenden Unterschiede ganz minimal sind und praktisch nicht berücksichtigt zu werden brauchen.

Die Höchstdifferenz pro Familie bei der Personenzahl beträgt in den einzelnen Dörfern nur 0,7; eines der vielen Zeichen für die bevölkerungspolitisch gleichartige Beschaffenheit der vier Dörfer!

Daß es sich bei den vier Gemeinden um Dörfer durchaus ländlichen Charakters handelt, läßt sich am besten an Hand der Berufe der einzelnen Haushaltungsvorstände feststellen. Diese sind in Neu-Schwente fast zur Hälfte, in den anderen Gemeinden sogar mehr als die Hälfte Bauern und Landwirte, zur anderen Hälfte etwa zu gleichen Teilen Arbeiter und Angehörige anderer Berufe. Rechnen wir dann noch dazu, daß mindestens 50 % aller Arbeiter Landarbeiter sind und auch ein Teil der übrigen Berufe den ländlichen Berufen sehr nahe stehen, so kann wohl behauptet werden, daß es sich hier um ausgesprochen ländliche Gemeinden handelt. Zahlenmäßig sieht das so aus:

Schwente:	58,2% Bauern,	22,3% Arbeiter,	19,4% sonstige Berufe
Neu-Schwente:	46,3% Bauern,	27,8% Arbeiter,	25,9% sonstige Berufe
Kleschin:	59,4% Bauern,	20,3% Arbeiter,	20,3% sonstige Berufe
Wonzow:	51,3% Bauern,	35,1% Arbeiter,	13,5% sonstige Berufe

Im einzelnen sind uns in Schwente folgende Berufe angegeben worden: 59 Bauern, 22 Landwirte, 15 Eigentümer, 1 Gutsbesitzer, 37 Arbeiter, 15 Handwerker, 2 Kätner, 3 Lehrer, 3 Gemeindebeamte, 1 Ziegeleibesitzer und 3 Bäuerinnen.

In Neu-Schwente: 17 Bauern, 8 Landwirte, 15 Arbeiter, 5 Handwerker, 3 Beamte, 2 Hausbesitzer, 1 Viehhändler und 1 Sägewerkbesitzer.

In Kleschin: 23 Bauern, 17 Landwirte, 14 Arbeiter, 4 Handwerker, 2 Kaufleute, 6 Beamte, 1 NS.-Schwester und 1 Hebamme.

In Wonzow: 6 Bauern, 10 Landwirte, 1 Gutsbesitzer, 13 Arbeiter, 4 Handwerker, 2 Beamte und 1 Pächter.

Über die Kinderzahl der einzelnen Familien in den 4 Dörfern gibt folgende Tabelle Auskunft:

Siehe Tabelle 1 auf Seite 9.

Die kinderreichsten Familien befinden sich demnach in Schwente. Es folgen Wonzow, Neu-Schwente und Kleschin. Dieses Dorf hat mit den relativ meisten kinderlosen Haushaltungen auch die wenigsten Kinder. Über das 1-, 2- usw. „Kindersystem" ist zu sagen, daß in Wonzow das Einkindersystem, in den drei übrigen Gemeinden das Zweikindersystem an erster Stelle steht.

Tabelle 1

	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
kinderlos. Haushalt	27	13	17	8
Gesamt-Kinderzahl	492	115	138	86
durchschnittl. Kinderzahl pro Familie	3,3	2,8	2,7	2,9
Fam. mit je 1 Kind	30	11	11	9
Fam. mit je 2 Kindern	34	14	19	6
Fam. mit je 3 Kindern	29	7	10	4
Fam. mit je 4 Kindern	19	2	6	4
Fam. mit je 5 Kindern	15	3	2	3
Fam. mit je 6 Kindern	3	1	3	—
Fam. mit je 7 Kindern	10	—	1	2
Fam. mit je 8 Kindern	4	3	—	1
Fam. mit je 9 Kindern	4	—	—	—
schulpfl. Kinder	161 = 32,5%	46 = 40%	40 = 28,9%	28 = 33,3%

Und nun die hier besonders interessierenden Angaben über die Viehhaltung.

P f e r d e werden in allen 4 Dörfern von etwa 50 % sämtlicher Familien gehalten.

Tabelle 2

Zahl der Pferde pro Fam.	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
1	23 Fam.	15 Fam.	23 Fam.	2 Fam.
2	31 „	10 „	19 „	5 „
3	22 Fam.	2 Fam.	2 Fam.	8 Fam.
4	3 „	—	—	3 „
5 und mehr	6 „	—	—	2 „
Durchschn. pro Fam.	2,4 Pferde	1,5 Pferde	1,5 Pferde	3 Pferde

Für die S c h w e i n e z u c h t finden wir naturgemäß bedeutend größere Zahlen. Kleschin ist hier die Gemeinde mit den günstigsten Durchschnittswerten; dann kommen Wonzow, Schwente und erst mit einem erheblichen Abstand Neu-Schwente.

S c h a f e werden nur verhältnismäßig wenig gehalten. Im Durchschnitt steht Schwente in der Schafzucht an der Spitze. Es folgen Neu-Schwente, Kleschin und Wonzow. In Schwente werden Schafe nur von 35 Familien mit zusammen 285 Stück gehalten, in Neu-Schwente nur von 7 Familien mit zusammen 66 Stück, in Kleschin von 4 Familien mit insgesamt 25 Stück und in Wonzow von 5 Familien mit zusammen nur 12 Stück.

Tabelle 3

Zahl der Schweine pro Fam.	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
1	20 Fam.	11 Fam.	3 Fam.	5 Fam.
2	32 „	5 „	7 „	7 „
3	17 „	6 „	4 „	4 „
4	12 „	5 „	13 „	5 „
5	9 „	3 „	2 „	1 „
6—9	18 „	6 „	17 „	6 „
10 u. mehr	23 „	2 „	14 „	5 „
Durchschn. pro Fam.	5,4 Schw.	3,6 Schw.	6,4 Schw.	5,9 Schw.

Auch Kleinvieh ist in allen 4 Gemeinden kaum vorhanden. Nur in vereinzelten ärmlichen Landarbeiterfamilien findet man einige Ziegen oder Kaninchen.

Ochsen gibt es nur in Schwente, und zwar 1 Zuchtbullen und 2 Ochsen.

Kühe sind, wie in allen ländlichen Gemeinden, in fast allen Haushaltungen zu finden. Der Durchschnitt für die 4 Dörfer schwankt zwischen 2,8 und 4,2 Kühen pro Haushalt.

Tabelle 4

Zahl der Kühe pro Fam.	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
1	38 Fam.	5 Fam.	14 Fam.	3 Fam.
2	12 „	11 „	13 „	5 „
3	11 „	10 „	8 „	8 „
4	6 „	4 „	9 „	10 „
5	17 „	1 „	4 „	2 „
6—9	20 „	3 „	7 „	2 „
10 und mehr	11 „	—	1 „	3 „
Durchschn. pro Fam.	4,2 Kühe	2,8 Kühe	3,2 Kühe	3,9 Kühe

Jungvieh wird in den meisten Fällen nur zahlenmäßig angegeben ohne nähere Bezeichnung der Art. Insgesamt werden in allen 4 Dörfern zusammen etwa 1050 Stück Jungvieh gehalten.

Geflügel: Gezüchtet werden hauptsächlich Hühner. Daneben auch noch Gänse, Enten und in geringem Maße Puten und Tauben. Nur in 22 Haushaltungen von sämtlichen 335 wird gar kein Geflügel gehalten, d. h. daß 93,4 % sämtlicher Familien Geflügel haben.

Schwente:

Kein Geflügel haben 9 Haushaltungen.
Hühner: 130 Familien mit zusammen 2208 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 17 Hühner.

Gänse: 71 Familien mit insgesamt 837 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 11,8 Gänse.
Enten: 28 Familien mit insgesamt 297 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 10,6 Enten.
Puten: 11 Familien mit insgesamt 54 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 4,9 Puten.
Tauben: 2 Familien mit insgesamt 21 Stück.
(10 und 11 Stück.)

Neu-Schwente:

Kein Geflügel haben 5 Haushaltungen.
Hühner: 49 Familien mit insgesamt 375 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 11,4 Hühner.
Gänse: 11 Familien mit insgesamt 81 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 7,4 Gänse.
Enten: 9 Familien mit insgesamt 63 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 7 Enten.
Puten: 3 Familien mit insgesamt 5 Stück.
(1 mal 3 Puten, 2 mal eine.)

Kleschin:

Kein Geflügel haben 8 Haushaltungen.
Hühner: 61 Familien mit insgesamt 1189 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 19,5 Hühner.
Gänse: 46 Familien mit insgesamt 132 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 2,9 Gänse.
Enten: 8 Familien mit insgesamt 49 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 6,2 Enten.
Puten: 3 Familien mit je 5 Stück.

Wonzow:

Hühner: 37 Familien mit insgesamt 653 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 17,6 Hühner.
Gänse: 15 Familien mit insgesamt 48 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 3,2 Stück.
Enten: 9 Familien mit insgesamt 60 Stück.
Durchschnitt pro Familie: 6,7 Enten.
Puten: 1 Familie mit 8 Puten.

Mahlzeiten:

Die Zahl der täglichen Mahlzeiten schwankt zwischen 3 und 5 pro Tag, was jedoch jahreszeitlich bedingt ist. Während im Sommer vorwiegend 5 Mahlzeiten eingenommen werden, essen im Winter die meisten Familien nur 3 mal. Der Arbeitstag des Bauern und der ländlichen Bevölkerung beginnt im Sommer sehr viel früher als im Winter und reicht auch weiter in den Abend hinein.

Im Sommer.

Tabelle 5

Zahl der Mahlzeiten	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
5	92 Fam.	23 Fam.	33 Fam.	32 Fam.
4—5	10 „	5 „	3 „	—
4	32 „	6 „	19 „	4 „
3—4	11 „	5 „	4 „	—
3	30 „	15 „	10 „	1 „

Im Winter.

Tabelle 6

Zahl der Mahlzeiten	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
5	8 Fam.	2 Fam.	3 Fam.	2 Fam.
4—5	2 „	1 „	2 „	—
4	53 „	8 „	14 „	13 „
3—4	6 „	4 „	5 „	2 „
3	106 „	39 „	45 „	20 „

Die Zeiten, zu denen die einzelnen Mahlzeiten eingenommen werden, liegen überall gleichmäßig im Sommer zwischen 6 und 7 Uhr, 9 und 10 Uhr, 12 Uhr, 16 und 17 Uhr, 18 und 20 Uhr und im Winter zwischen 7 und 8 Uhr (10 Uhr), 12 Uhr (16 Uhr), sowie 18 und 19 Uhr, wobei zu bemerken ist, daß die Hauptmahlzeit immer um 12 Uhr stattfindet. Eine Ausnahme machen nur einige wenige Arbeiterfamilien, wo der Mann auf einer entfernten Arbeitsstelle tätig ist. Bei diesen Familien liegt die Hauptmahlzeit dann abends, während der Mann tagsüber vorwiegend von belegten Broten und selbst zubereiteten kleinen Gerichten lebt.

Fleischverbrauch:

Die Bevölkerung deckt ihren Bedarf an Fleisch fast ausschließlich durch Hausschlachtung. Von den insgesamt 335 Familien schlachten nur 45 nicht selbst. Hierbei handelt es sich meist um kleinere Haushalte mit 1—2 Personen. An weitaus erster Stelle steht der Verbrauch an Schweinefleisch. Nur ganz vereinzelt findet man Schlachtungen von Hammeln und Rindern. Die Schlachtangaben der einzelnen Dörfer sind folgende:

Siehe Tabelle 7 auf Seite 13.

Außerdem werden noch in Schwente jährlich 12 Hammel, 1 Rind und 1 Ziege geschlachtet, in Neu-Schwente 6 Hammel und 2 Kälber, in Kleschin 1 Rind und 1 Kalb und in Wonzow 1 Hammel und 1 Kalb.

In der Häufigkeit der verschiedenen Fleischsorten bei der Hauptmahlzeit steht Schweinefleisch entsprechend der großen Schweinezucht an weitaus erster Stelle. Nur das Schweinefleisch

Tabelle 7

Zahl der Schlachttiere pro Jahr	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
keine Schlachtung	20 Fam.	7 Fam.	17 Fam.	1 Fam.
1 Schwein	74 „	19 „	16 „	19 „
2 Schweine	54 „	22 „	29 „	19 „
3 Schweine	22 „	4 „	3 „	1 „
4—5 Schweine	3 „	—	3 „	1 „

kann mehr oder minder vom eigenen Vorrat gedeckt werden, während alle anderen Fleischsorten vom Schlächter gekauft werden müssen. Sie kommen daher auch seltener auf den Tisch.

Im einzelnen wurde der Verbrauch der verschiedenen Fleischsorten folgendermaßen angegeben:

Tabelle 8

	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
Schweinefleisch verbrauchen	170 Fam.	54 Fam.	66 Fam.	36 Fam.
Rindfleisch	69 „	28 „	31 „	10 „
Hammelfleisch	42 „	13 „	11 „	6 „
Kalbfleisch	20 „	—	2 „	—
Ziegenfleisch	2 „	1 „	—	—

Anders ist es mit der Häufigkeit der Fleischmahlzeiten. Diese ist abhängig von der sozialen Lage der einzelnen Familien. Als Durchschnitt ergaben sich 3—4 Fleischmahlzeiten pro Woche. Allgemein hatten die Familien mit der kleineren Kopfzahl den größeren Fleischverbrauch. Im einzelnen ist der Verbrauch wie folgt:

Tabelle 9

	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
1 mal Fl. pro Woche	35 Fam.	7 Fam.	10 Fam.	5 Fam.
2 mal Fl. pro Woche	32 „	10 „	19 „	11 „
3 mal Fl. pro Woche	40 „	19 „	16 „	13 „
4 mal Fl. pro Woche	18 „	7 „	14 „	4 „
5 mal Fl. pro Woche	7 „	2 „	3 „	1 „
6 mal Fl. pro Woche	5 „	7 „	4 „	1 „
7 mal Fl. pro Woche	9 „	1 „	1 „	—
1 mal Fl. pro Monat	1 „	—	—	—
2 mal Fl. pro Monat	1 „	1 „	—	—

Die durchschnittliche Fleischmenge beträgt in den 4 Dörfern pro Person und Mahlzeit 185—190 g. Im einzelnen:

Tabelle 10

	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
durchschnittliche Fleischmenge pro Person und Mahlzeit	180 g	190 g	180 g	200 g

Bemerkenswert ist hierbei, daß im allgemeinen für die Kinder von 6 Jahren aufwärts bereits die gleiche Fleischmenge gerechnet wird wie für die Erwachsenen.

Bezüglich des Verbrauchs dieser Nahrungsmittel unterscheiden sich die 4 Dörfer nicht wesentlich. Der Vorrat bestimmt den Verbrauch, und so ergeben sich nur ganz geringe Unterschiede in den Durchschnittswerten, die auch vom Wohlstand der einzelnen Dörfer abhängen. Wonzow steht in dieser Beziehung mit der kleinsten Kopfzahl an erster Stelle, dann folgen in ziemlich gleicher Höhe Kleschin und Neu-Schwente und an letzter Stelle Schwente, wo die Haushalte der Landarbeiter die Durchschnittswerte herabsetzen.

Eine sehr wichtige Rolle spielt die Konservierung des Fleisches nach dem Schlachten. Da viele Familien nur einmal jährlich schlachten, muß auf die Konservierung besondere Sorgfalt verwandt werden, damit das Fleisch, das ja für den ganzen Winter und noch möglichst weit in den Sommer hinein reichen soll, nicht verdirbt. Dabei wird natürlich mit Salz nicht gespart, so daß ein hoher Salzverbrauch möglich wird.

Eine recht erhebliche Fleischmenge wird aber auch zu Wurst verarbeitet, und zwar werden neben geräucherter Dauerwurst, Speck und Schinken sehr viel Blut- und Leberwurst geräuchert und eingeweckt. Diese decken bei den meisten Familien den ganzen Bedarf an Brotbelag. Mengenmäßig läßt sich der Verbrauch an Wurst und Räucherwaren sehr schwer feststellen, da einmal von den Bauern kaum Angaben gemacht werden können und zweitens der Verbrauch nach dem Schlachtfest besonders groß ist, um später bei Abnahme der Vorräte abzusinken, da sich die Familie stark einschränkt, und nahezu auf den Nullpunkt sinkt, wenn alles aufgebraucht ist und Wurst gekauft werden muß. Der Durchschnittsverbrauch in den 4 Dörfern betrug pro Person pro Woche etwa 290 g Wurst. Für die Dörfer gesondert:

Tabelle 11

	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
Durchschnittsverbr. an Wurstwaren pro Person und Woche	240 g	350 g	260 g	320 g

Die einzelnen Wurstarten werden in folgender Reihenfolge bevorzugt:

Tabelle 12

	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
Leberwurst	127 Fam.	37 Fam.	51 Fam.	27 Fam.
Blutwurst	122 „	35 „	46 „	27 „
Dauerwurst	117 „	38 „	30 „	34 „
Speck	97 „	33 „	32 „	32 „
Schinken	83 „	46 „	25 „	24 „
andere Wurst und Räucherwaren	29 „	10 „	13 „	5 „

Noch eine andere Konservierungsart setzt sich in letzter Zeit immer mehr durch, nämlich die Herstellung von Eigenkonserven. Seitdem es gelungen ist, einen kleinen Apparat zu einem billigen Preis herauszubringen, mit dem man sowohl Fleisch als auch Gemüse in Blechdosen einwecken kann, wird, wie jetzt überall auf dem Lande, auch hier in steigendem Maße davon Gebrauch gemacht.

Fabrikmäßig hergestellte Fleischkonserven werden nirgends verwandt.

Über die Zubereitung des Fleisches kann nur wenig gesagt werden, da hierbei kaum Abwechslungen bestehen. Sonntags und manchmal auch noch an einem Wochentag wird das Fleisch gebraten bzw. geschmort gegessen, und an den übrigen Wochentagen, an denen es noch Fleisch gibt, wird es zusammen mit Kartoffeln und Gemüse oder Hülsenfrüchten gekocht und als Eintopf auf den Tisch gebracht. Schmackhaftere Zubereitungsarten waren den Frauen dieser Dörfer, von wenigen Ausnahmen abgesehen, völlig unbekannt.

Ganz kurz möchte ich noch auf den Verbrauch von zwei Fleischarten eingehen, die meist zurücktreten, nämlich Wild und Geflügel. Der Wildfleischverbrauch ist äußerst gering. In Schwente verzehren 26 Familien Wild, in Neu-Schwente 5, in Kleschin 4 und in Wonzow 1 Familie. Genannt werden hierbei Hasen, Rehe, Rebhühner und Kaninchen. Die gewöhnliche Zubereitung ist der Braten.

Ganz anders steht es mit dem Geflügelverbrauch. Geflügel wird in fast allen Haushaltungen gegessen. Nur 8 Familien von den insgesamt 335 geben keinen Geflügelverbrauch an. Allerdings verzehren ein Teil der Bevölkerung nur im Herbst und nach der Ernte Geflügel. Sie schlachten nämlich bis in den Winter hinein mit Ausnahme der Legehühner nacheinander alles überflüssige Geflügel ab, so daß in dieser Zeit oft mehrmals in der Woche Hühner, Gänse oder Enten auf den Tisch kommen. Die Ersparnis an Winterfutter für die nichtlegenden Hühner mag hierbei eine gewichtige Rolle spielen. Die übrigen Familien essen während des ganzen Jahres regelmäßig alle 2—3 Wochen Geflügel.

Der Eierverbrauch ist in diesen Dörfern eng mit der eigenen Hühnerzucht und deren Ertrag verbunden. Daher schwankt er naturgemäß stärker zwischen Sommer und Winter. Während im Sommer pro Person pro Woche im Durchschnitt 5,5 Eier gegessen werden,

beträgt der Verbrauchsdurchschnitt im Winter nur 2,2 Eier. Die Kinder erhalten meist ebensoviel Eier wie die Erwachsenen. Bei geringem Eiervorrat werden sie im allgemeinen sogar an erster Stelle bedacht. Enteneier werden in 4 Familien verzehrt, und zwar in einer Familie gekocht, in den 3 übrigen nur als Rühr- oder Setzeier, was wegen der bestehenden Paratyphusinfektionsgefahr als sehr gefährlich bezeichnet werden muß. Eine entsprechende Aufklärung ist erfolgt.

Der nächste bedeutende Eiweißträger unter unseren Nahrungsmitteln ist die Milch und ihre Produkte. Sie nimmt einen breiten Raum in unserer Ernährung ein.

In den untersuchten 4 Dörfern stammt die Milch in fast allen Fällen von eigenen Kühen. Dies mag auch den verhältnismäßig hohen Vollmilchverbrauch erklären, der ja in den einzelnen Dörfern zwischen 0,62 und 0,75 l pro Person und Tag beträgt.

Tabelle 13

	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
durchschnittliche Vollmilchmenge pro Person u. Tag	0,62 l	0,66 l	0,65 l	0,75 l
durchschnittliche Magermilchmenge pro Person u. Tag	0,84 l	0,54 l	0,85 l	0,85 l

Über die Art des Verbrauchs der Milch ist zu sagen, daß sie in ungefähr 50 % aller Familien nur gekocht und in 50 % roh und gekocht verwertet wird. In Neu-Schwente liegt der Verbrauch an gekochter Milch, in Wonzow der an roher Milch etwas über dem Durchschnitt.

Allgemeiner Beliebtheit erfreut sich die Buttermilch. Sie wird besonders im Sommer gern von jedem der Vollmilch als Erfrischungsgetränk vorgezogen. In einzelnen Familien wird sie auch zu Suppen und Speisen verwendet.

Einige Familien genießen nur Ziegenmilch und stellen auch Butter daraus her. Sofern aber kleine Kinder in diesen Familien sind, wird für diese Kuhmilch gekauft, was wegen der Gefahr einer Ziegenmilchanämie sehr zu begrüßen ist.

Einige kinderlose Haushaltungen verbrauchen überhaupt keine Milch.

Allgemein ist die Milchversorgung der Kinder nicht immer ganz zufriedenstellend. In einigen Familien wird die tägliche Milchmenge für das Kind sehr hoch — bis zu 1 Liter — angegeben, in anderen wieder beträgt sie kaum ¼ Liter. Die für die Dörfer errechnete Durchschnittsmenge beträgt etwa ½ Liter Milch pro Kind und Tag und entspricht wohl der Norm.

Die Verwertung der Magermilch ist in den untersuchten 4 Grenzdörfern recht verschieden. Die häufigsten Angaben lauten:

„zur Käsebereitung und fürs Vieh", wobei letzteres besonders reichlich bedacht wird, namentlich wenn Jungvieh im Stall steht. Die Käsebereitung steht erst an zweiter Stelle, und nur selten wird die Magermilch auch als Getränk, zur Suppe oder sonst irgendwie im Haushalt verwandt.

In den 4 untersuchten Dörfern verbraucht $^2/_3$ der Bevölkerung Weißkäse. Er wird in allen Fällen selber hergestellt. Gekauft wird er niemals, weder vom Kaufmann noch von der Molkerei. Der Verbrauch an Fett- und Schmelzkäse, die beim Kaufmann erhältlich sind, ist in allen 4 Dörfern sehr gering. Der durchschnittliche Weißkäseverbrauch pro Person und Woche schwankt in den einzelnen Ortschaften zwischen 125 g und 140 g, eine immer noch sehr geringe Durchschnittsmenge bei einem so ausgezeichneten, billigen und doch wohlschmeckendem Nahrungsmittel, wie es der Weißkäse ist.

Der Fischverzehr stellt einen nicht zu unterschätzenden Faktor in der Ernährung der Bevölkerung dar. Das zeigen auch die Ergebnisse der 4 untersuchten Dörfer.

Die Fischmahlzeiten sind dort unerwartet abwechslungsreich, da kleinere Seen in der Umgebung sind und ein Teil der Bevölkerung entweder selbst angelt oder von den Fischern direkt bezieht. Ferner versorgen ein Wanderwagen aus Flatow und ein Fischauto aus Kolberg die Dörfer der Umgebung mit frischen Fluß- und Seefischen. Da aber die beiden Wagen nicht regelmäßig kommen, ist die häufigste Bezugsquelle der Flatower Markt. Nur ein kleiner Teil der Familien bezieht seine Fische vom Kaufmann im Dorf. Es dürfte sich hier mehr um Dauerware wie Salzheringe und Räucherfische handeln. Außerdem beziehen noch 5 Familien in Neu-Schwente einen Teil ihrer Fische aus Wesermünde, und eine Bauernfamilie in Kleschin, der Posthalter, läßt sich sogar regelmäßig eine Kiste Seefische aus Hamburg schicken.

Allgemein richtet sich der Fischverbrauch sehr nach dem Angebot. Die Häufigkeit der Fischmahlzeiten in der Woche zeigt folgende Tabelle an:

Tabelle 14

	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
1 mal pro Woche Fisch	48 Fam.	15 Fam.	36 Fam.	13 Fam.
2 mal pro Woche Fisch	9 „	6 „	5 „	4 „
3 mal pro Woche Fisch	1 „	—	1 „	—
1 mal pro Monat Fisch	16 „	5 „	7 „	2 „
2 mal pro Monat Fisch	14 „	3 „	7 „	5 „

Der Fischverbrauch wird zu einem Teil dadurch beeinflußt, daß ein größerer Prozentsatz der Bevölkerung katholisch ist und der Freitag als Fastentag das mittägliche Fischgericht bedingt.

Die durchschnittliche Fischmenge pro Kopf und Mahlzeit beträgt in diesen Dörfern:

Tabelle 15

	Schwente	Neu-Schwente	Kleschin	Wonzow
Fischmenge pro Kopf und Mahlzeit	250 g	280 g	240 g	290 g

Hering, Plötz und Barsch sind die Hauptfischarten, die immer wieder genannt wurden. Aber auch alle anderen Fischsorten werden gegessen, wenn sie vom Fischwagen geliefert werden. So z. B. Karauschen, Flundern, Bleie, Schellfisch und Zander.

Über die Zubereitung ist zu sagen, daß die Fische überall vorwiegend gebraten auf den Tisch kommen, seltener gekocht. An dritter Stelle stehen dann die Zubereitungsarten, die vor allem für den Hering in Frage kommen, also „sauer eingelegt" und Salzheringe. Andere Arten wie Fischsuppe, mit saurer Sahne zubereitet, gedämpft, als Gelee, Salat und auch geräuchert werden nur ganz vereinzelt genannt.

III. Vergleich mit den deutschen Verbrauchszahlen.

Nach den Angaben über den tatsächlichen Verbrauch der einzelnen Nahrungsmittel in den 4 Grenzdörfern Schwente, Neu-Schwente, Kleschin und Wonzow sollen diese im folgenden Abschnitt mit den deutschen Verbrauchszahlen verglichen werden.

Diese Zahlen geben aber nur den großen Verbrauchsdurchschnitt des gesamten deutschen Reiches an und lassen Rückfolgerungen auf bestimmte Gegenden des Reiches nur in beschränktem Maße zu. Es gibt kein Generalrezept für eine optimale Ernährung in den einzelnen Provinzen. Für jede muß gesondert erforscht werden, wo die augenblicklichen Ernährungsfehler liegen und wo die Besserung aus medizinischen und wirtschafts- bzw. bevölkerungspolitischen Gründen einzusetzen hat. Die jeweilige Ernährung ist eben doch nicht nur eine Äußerlichkeit, sondern stellt eine Anpassung an die Umwelt, an die gegebenen Verhältnisse der betreffenden Gegend dar. An bestimmten Ernährungsformen wird oft für Generationen festgehalten.

Ernährungsänderungen in den einzelnen Landschaften sind aus verschiedenen Gründen erfolgt. Naturkatastrophen, Mißernten, Wasserverarmung, Austrocknung und Klimaveränderungen sind hier in erster Linie zu nennen. Andererseits sind aber auch Einflüsse sozialer Natur, wie Arbeitsverhältnisse, Bevölkerungsdichte und Lebensstandard für die Gestaltung der Ernährung von Bedeutung.

Auf alle Fälle erscheint es erforderlich, bei Vergleichen ernährungsphysiologischer Ergebnisse die oben erwähnten Einschränkungen nicht außer acht zu lassen.

Bei den nun folgenden Aufstellungen ist immer der Durchschnittswert aller 4 Grenzdörfer dem Reichsdurchschnitt gegenübergestellt worden.

Beim Fleisch interessieren zunächst die Schlachtangaben. Sie sind bei den Grenzdörfern auffällig stark zu Gunsten der Schweineschlachtung verlagert.

Von sämtlichen Schlachtungen entfallen:

Tabelle 16

	in den Grenzdörfern	im Reich
auf Schweinefleisch	94,0 %	62,4 %
auf Rindfleisch	1,0 %	25,31 %
auf Kalbfleisch	1,5 %	5,73 %
auf Hammelfleisch	4,0 %	1,09 %
auf Ziegenfleisch	0,5 %	0,33 %

Dies ist typisch für Pommern, überhaupt für ganz Ostdeutschland als der Gegend des Reiches, deren Grundlage der Kartoffelbau ist und der damit wiederum die natürliche Grundlage zu ausgedehnter Schweinezucht gegeben hat.

Trotzdem ist der Fleischverbrauch an sich verhältnismäßig gering. Für die 4 Dörfer ergibt sich ein Durchschnittswert von nur 39,8 kg Fleisch pro Person pro Jahr, im Gegensatz zu dem Reichsdurchschnitt, der 53 kg beträgt. Erwähnt werden muß aber, daß die einzelnen Fleischportionen bei den Mahlzeiten durchaus ausreichend sind. Sie bewegen sich zwischen 180 und 200 g pro Person pro Mahlzeit. Auch die Wurstportionen, die pro Person pro Woche etwa 290 gr betragen, können nicht als zu niedrig bezeichnet werden. Der geringe Gesamtfleischverbrauch ist lediglich auf die wenigen Fleischmahlzeiten, etwa 3—4 mal pro Woche, zurückzuführen.

Der Wildverbrauch ist sehr gering. Nur 36 Familien, d. h. 10 % aller untersuchten Familien essen Wild, und auch diese verbrauchen nur sehr geringe Mengen, die noch unter dem Reichsdurchschnitt liegen, der selber schon recht niedrig ist.

Ganz anders steht es mit dem Geflügel. Da hier fast in jedem Haushalt Geflügel gehalten wird, ist der Verbrauch ein entsprechend hoher. Im Durchschnitt gibt es, wie schon an früherer Stelle genauer ausgeführt, alle 2—3 Wochen, zeitweise aber auch alle Woche und noch öfter Geflügel. Hier wird der Reichsdurchschnitt überstiegen.

Die Milchwirtschaft und damit auch der Milcheigenverbrauch steht in den 4 Grenzdörfern auf einer sehr hohen Stufe. Er schwankt bei der Vollmilch zwischen 0,62 und 0,75 l pro Person pro Tag und bei der Magermilch zwischen 0,54 und 0,85 l. Insgesamt verbraucht also jeder Dorfbewohner durchschnittlich 1,38 l Milch pro Tag! Allerdings sind hier die verschiedenen Zubereitungsarten wie Milchsuppen, Weißkäse usw. mit einbezogen. Nicht dagegen sind etwa die Milchmengen mit enthalten, die zum Buttern und, bei der Magermilch, als Viehfutter abgehen. Diesem hohen Wert von 1,38 l Milch pro Person und Tag steht der Reichsdurchschnitt mit nur 0,28 l pro Tag gegenüber.

Hieraus kann man nur entnehmen, daß es doch Gegenden in Deutschland geben muß, in denen der Milchverbrauch ganz gering ist. Allerdings muß berücksichtigt werden, daß dem Körper noch mittels vieler anderer Produkte Milcheiweiß zugeführt wird. Hierzu gehören einerseits die verschiedenen Käse, andererseits aber die vielen neuen Produkte aus Milcheiweiß und Trockenmilch, wo vor allen Dingen die überschüssige Magermilch ihre Verwendung findet.

Großer Beliebtheit erfreuen sich in steigendem Maße im ganzen Reich die Fischgerichte. Der Reichsdurchschnitt für den Fischverbrauch ist in den letzten Jahren ständig gestiegen und nunmehr bei 12 kg pro Person pro Jahr angelangt. Dieses zeigt sich auch in den Ergebnissen unserer Dorfuntersuchungen, wo der Gesamtdurchschnitt für den Fischverbrauch pro Person pro Jahr 8,44 kg beträgt.

Trotzdem diese Zahl unter dem Reichsdurchschnitt liegt, muß das Ergebnis doch durchaus als günstig bezeichnet werden, wenn man die abgeschiedene Lage dieser Dörfer mit in Rechnung stellt und an die Belieferungsschwierigkeiten denkt. Der Wille zum Fischgericht zeigt sich dadurch am deutlichsten, daß viele Dorfbewohner in den Teichen der Umgebung selber angeln oder vom Fischer ihre Fische beziehen. Bei einer noch besseren und regelmäßigeren Belieferung durch die zuständigen Wanderwagen würde der Fischkonsum bestimmt ansteigen und dem Reichsdurchschnitt nahekommen.

Allgemein kann man also nach diesen Gegenüberstellungen sagen, daß die Ernährung dieser Dörfer, wenigstens betreffs der animalischen Eiweißprodukte, vollauf als günstig zu bezeichnen ist.

Der reduzierte Fleischverbrauch und der Eiweißausgleich durch den stark vermehrten Milchkonsum liegt vollkommen im Interesse unserer heutigen ernährungswirtschaftlichen Bestrebungen. Eine Verbesserung könnte nur noch ein vermehrter Fischverbrauch bringen. Jedoch auch ohne diese letzte Steigerung beträgt der durchschnittliche Gesamteiweißverbrauch für diese 4 Dörfer 89 g pro Person pro Tag, ein Wert, der dem Reichsdurchschnitt von 92,86 g nahezu gleichkommt und als äußerst befriedigend gelten kann.

IV. Vergleich mit den Untersuchungsergebnissen aus anderen Gegenden.

Im folgenden Abschnitt sollen die Ergebnisse von früher stattgefundenen Untersuchungen denen der Erhebung in den Grenzdörfern Schwente, Neu-Schwente, Kleschin und Wonzow gegenübergestellt werden. Zu beachten ist hierbei, daß diese anderen Untersuchungen vor 8—10 Jahren stattgefunden haben, also sämtlich vor der Machtübernahme liegen.

Zunächst soll eine kurze Wiedergabe der von S. Rausch geschilderten Ernährung der Kleinbauern in der Eifel erfolgen.

Es handelt sich hier um ein typisches Bauernland unter starker Betonung des mittel- und kleinbäuerlichen Elementes bis hinunter zu den sich damals immer mehr bildenden Zwergbetrieben, die durch

Erbteilung entstanden waren. Der ausgesprochene Gebirgscharakter der Eifel, ihre geologische Struktur und ihre Bodenbeschaffenheit, die großen Temperaturschwankungen und die häufigen Niederschläge besonders während der Ernte stempeln dieses Gebiet zu einer sehr ärmlichen Gegend und bedingen daher eine begrenzte Auswahl von Nahrungsmitteln, auf die der Eifelbauer angewiesen ist, da er sich in seiner Ernährung fast ausschließlich auf die Eigenproduktion beschränken muß.

Die Hauptnahrungsmittel sind heute wie früher: Kartoffel, Brot, Butter, Käse und Milch. Die Eier werden fast durchweg verkauft oder gegen andere Lebensmittel wie Reis, Gries, Mehl, Öl oder Zucker beim Kaufmann eingetauscht. Auch die Butter wird zu einem Teil verkauft.

Aus den Schlachtangaben ist ersichtlich, daß pro Kopf der Familie im Jahr 25—30 kg Fleisch geschlachtet werden. Diese müssen das Jahr über reichen; hinzugekauft wird nichts!

Eine besondere Kinderernährung gibt es höchstens für die ersten 18 Monate. Sobald das Kind die Zähne hat, muß es am Tisch mitessen, allerdings vorwiegend Butter- und Käsebrot.

Die Ernährung der Eifelbauern hat zwar den Vorteil, daß sie natürlich ist. Was Jahreszeit und Boden liefern, wird in einfachster Zubereitung verzehrt.

Andererseits setzt sich die Nahrung aber aus einer zu einseitigen kohlehydratreichen Kost zusammen, in der Fleisch, Fett und Gemüse kaum vorkommen, dagegen dünne Suppen, Kartoffeln und Brot den Hauptbestandteil bilden. Zu einem Teil deckt ja die Milchzufuhr den Eiweißbedarf, aber im Winter, bei Fortfall der Milch, wird nur zu häufig das Eiweißminimum unterschritten, und es kann neben der Abmagerung zu erheblichen Störungen im Gesamtstoffwechsel kommen. Die Kost ist allgemein arm an Vitaminen und Nährsalzen.

Wie müßte nun ein Speisezettel aussehen, der ohne große Mehrkosten alle diese Mängel verbessert? Er müßte folgende Hauptgesichtspunkte zeigen:

1. Weitgehendste Ausnutzung der Nahrungsmittel, die der Boden liefert und Steigerung des Anbaues von in diesem Klima widerstandsfähigen Gemüsearten.
2. Zusammenstellung einer vollwertigen Mahlzeit.
3. Die Gerichte müssen dem Abwechslungsbedürfnis entsprechen.

Als zweite Vergleichsuntersuchung soll die Erhebung von Wehsarg und Will über das Ernährungsproblem im Spessart angeführt werden.

Im wesentlichen wird auch im Spessart die Ernährungsweise von den natürlichen und künstlichen Produktionsbedingungen beherrscht. Zu den natürlichen Bedingungen gehören: Bodenbeschaffenheit, geologischer Aufbau, Lage und Klima; zu den künstlichen gehören: Besitzverteilung und wirtschaftspolitische Lage.

Das Hauptnahrungsmittel ist auch hier die Kartoffel. Noch vor 50 Jahren konnte es dort bei Kartoffelmißernten zu regelrechten

Hungersnöten kommen. Als weitere Hauptnahrungsmittel kommen Fleisch und Gemüse in Betracht. Besonders der Gemüsebau ist in der letzten Zeit erheblich gefördert worden. Heute findet man in den Gärten der Bauern, Handwerker und Arbeiter fast alle für dieses Klima in Frage kommenden Gemüsearten wie Erbsen und Karotten, Sommer- und Wintersalat und fast alle Kohlarten.

Fleisch wird verhältnismäßig viel verzehrt. Im Durchschnitt schlachten die Familien 2 mal jährlich. Das Fleisch wird dann entweder eingesalzen oder zu Wurst verarbeitet. Das Schweinefett dient zum Kochen und Backen. Sonst wird vorwiegend Butter gegessen, da die Milchwirtschaft hier recht gut entwickelt ist. Milch wird allgemein sehr viel gebraucht und zwar zum Kochen, zu Milchsuppen, Dickmilch, Quark und zum Kaffee. Brot wird alle 14 Tage aus einem Gemisch von Roggen- und Weizenmehl gebacken, und zwar meist noch in eigenen Backöfen. Brötchen und Kuchen sind eine Seltenheit und Feiertagen vorbehalten.

Allgemein kann man sagen, daß die Ernährung der Spessartbewohner aus den Naturprodukten der eigenen Scholle aufgebaut ist. Sie erscheint in ihrer Zusammensetzung sowohl quantitativ als auch qualitativ ausreichend.

Als dritte Vergleichsuntersuchung soll die Ernährung der Moselwinzer nach den Ausführungen von Jos. B o h n wiedergegeben werden.

Wie beim Landwirt, so hängt auch beim Winzer die Ernährung von den wirtschaftlichen Verhältnissen ab. Ist die Ernte einigermaßen sichergestellt und zufriedenstellend, so ist der Winzer auch ein guter Konsument und legt auf eine vollwertige Ernährung großen Wert. In Notzeiten dagegen muß manche Entbehrung in Kauf genommen werden. Die Kost wird dann knapp!

Der Fleischbedarf wird nur durch die Hausschlachtungen gedeckt, und zwar werden im Durchschnitt etwa 2 Schweine pro Jahr geschlachtet. Bei der Hausschlachtung werden die Weichteile verwurstet, die anderen Stücke gepökelt und geräuchert, wobei die Wurst und das Pökelfleisch die t ä g l i c h e Winzerkost sind, während das Rauchfleisch (Speck und Schinken) für die Sonn- und Festtage aufgehoben wird. Der Gesamtfleischverbrauch pro Person pro Jahr schwankt zwischen 20 und 40 kg. Der Fettgenuß beschränkt sich vorwiegend auf Schweinefett, weniger auf Butter.

In der Winzerernährung steht dank des günstigen Klimas und Bodens das Obst und Gemüse stark im Vordergrund. Sämtliche Obst- und Edelobstsorten gedeihen hier. An Gemüse wachsen neben allen Kohlarten auch sämtliche feinen Gemüsesorten, die ebenfalls beim Winzer zur Bereicherung des Mittagstisches beitragen.

Eier sind verhältnismäßig rar, da die wenigen vorhandenen meistens noch verkauft werden. Auch die Milchwirtschaft ist hier schlecht entwickelt, da die vorhandenen Kühe meist die schwere Arbeit des Zugviehs übernehmen müssen. Brot wird aus 80—90%ig ausgemahlenem Roggenmehl hergestellt und in eigenen Backöfen gebacken.

Zur Ernährung allgemein ist zu sagen, daß der Moselwinzer seine Nahrung vorwiegend aus den Produkten seines Bodens deckt. Dadurch wird sie naturgemäß sehr kohlehydratreich, was an sich ja kein Fehler ist, wenn noch genügend Eiweiß hinzukommt. Vitamine und Nährsalze sind in dem Gemüse und Obst zur Genüge enthalten. Als Mangel muß aber das Fehlen jeglicher Abwechslung und damit der Appetitanregung angesehen werden.

Eine weitere Umfrage betraf fast ausschließlich Gutsarbeiter der großen pommerschen Güter. Über die Gefahren dieser Arbeit betreff der Genauigkeit der Ergebnisse ist am Anfang gesprochen worden. Hier sollen nur die von Tiedke gefundenen Ergebnisse interessieren.

Das Grundprinzip ist hier, daß die Arbeiter vollständig vom Gut verpflegt werden. Frühstück, Mittagsmahlzeit und Abendbrot werden gemeinsam in der „Leuteküche" des Gutes eingenommen, das zweite Frühstück und Vesper dagegen auf dem Felde. Für die gemeinsamen Mahlzeiten besteht ein Küchenzettel, nach dem sich die einzelnen Gerichte Woche für Woche ohne wesentliche Änderung während der anderen Jahreszeiten wiederholen. Demnach gibt es morgens immer Milchsuppen, mittags Kartoffeln und Fleisch und abends meistens aufgewärmtes Mittagsgericht.

Für die beiden anderen Mahlzeiten bekommen die Arbeiter vom Gut aus wöchentliche Fett- und Brotrationen, die sie sich einteilen müssen. Die B r o t ration beträgt pro Woche etwa 3,5 kg Roggenbrot (Ausmahlungsgrad 60—65 %). Die F e t t ration beträgt durchschnittlich 500 g, und zwar Butter und Schmalz anteilsgleich.

Die Mittagskost bringt 2 typische Gerichte, die ständig abwechselnd gekocht werden:

1. Zusammengekochtes = Eintopf, bestehend aus Kartoffeln, Pökelfleisch mit Hülsenfrüchten (Erbsen und Bohnen) oder Wruken oder Kohl.
2. „Trockene Kartoffeln", d. h. Pökelfleisch mit Salzkartoffeln und Mehltunke.

Frische Fische gibt es, sofern möglich, einmal pro Woche und zwar gebratene Heringe, Flundern oder Barsche.

Recht hoch ist der Milchverbrauch. Er beträgt etwa 0,7 Liter pro Tag, wovon 44 % durch Magermilch (Milchsuppe!) gedeckt werden. Käse kommt sehr selten auf den Tisch. Bei den Fetten kommt zu den anfangs erwähnten Fettrationen noch der Fettverbrauch in der Küche bei der Speisezubereitung hinzu.

Der Gesamtfettverbrauch beträgt durchschnittlich pro Person pro Tag 120 g, die Gesamteiweißmenge etwa 125 g.

Allgemein ist zu sagen, daß die Ernährung der pommerschen Gutsarbeiter nach diesen Ergebnissen nur als „sehr gut" und reichlich bezeichnet werden kann.

Ganz anders sieht es bei den Deputatsarbeitern aus. Deren Nahrungsmittel stammen aus dem Deputat, das sie vom Gut bekommen

und aus den Erträgen ihres eigenen, häufig recht kleinen Landbesitzes. An Deputat steht den Familien im Jahre zu:

26 Zentner Roggen
18 Zentner Gerste
1 Zentner Weizen
4 Zentner Hafer
1 Zentner Erbsen
80 Zentner Kartoffeln

Außerdem täglich 4 Liter Milch.

Nach den vorliegenden Ergebnissen essen die Deputatsarbeiter mehr Fleisch als die Arbeiter mit Gutsverpflegung und viel weniger Gemüse, Eintopf und Milchsuppen.

Ein wesentlicher Vorteil ist aber bei ihnen der viel abwechslungsreichere Speisezettel. Typisch für ihre Mahlzeiten, aber auch für die Ernährung in ganz Pommern, ist der häufige Genuß von gepökeltem Schweinefleisch, der große Fettgehalt der Nahrung, der sehr große Kartoffelverbrauch und die Beliebtheit der Hülsenfrüchte.

Allgemein ist zu sagen, daß auch die Ernährung der Deputatsarbeiter sowohl quantitativ gesichert als auch qualitativ hochwertig ist.

Stellt man die beiden Ernährungsformen, die der Deputatsarbeiter und die der Gutsarbeiter einander gegenüber, so fällt bei beiden die hohe Kalorienzahl (4—5000) auf, ferner das Überwiegen der pflanzlichen Nahrungsmittel, was besonders durch den hohen Kartoffel- und Hülsenfrüchteverbrauch bedingt ist. Auch tierische Fette, Schmalz und Speck, werden von beiden viel verbraucht. Milch wird fast nur in Form von Milchsuppen gegessen, dagegen kaum getrunken und selten zu Käse und anderen Milchprodukten weiterverarbeitet.

Die Versorgung mit Eiweiß, Fett, Kohlehydraten, Vitaminen und Kalorien erscheint also in beiden Ernährungsformen gesichert.

Als fünfte und letzte Vergleichsuntersuchung soll die Arbeit von Scheunert-Krzywanek über die Kost in bäuerlichen Haushaltungen angeführt werden.

Im Gegensatz zu den vorigen Arbeiten behandelte diese Untersuchung nicht die Ernährung einer bestimmten Gegend Deutschlands, sondern erfaßte das ganze Reich, indem nämlich in jeder Provinz einige Haushaltungen herausgesucht und mit Fragebogen versehen wurden, um auf diese Weise einen Überblick über die bäuerliche Ernährung zu gewinnen. Leider waren es nur zu wenig Haushaltungen, die von der Untersuchung erfaßt wurden, um wirklich ein genaues Bild zu bekommen.

Obwohl sich die Umfrage an die wirtschaftlich besser gestellten Teile der Landbewohner wandte, findet man auch hier die Abhängigkeit der Ernährung von der Eigenproduktion.

Die Eiweißversorgung erscheint durch reichlichen Genuß von Fleisch, Milch und Milchprodukten, besonders von Quark, als gesichert. Es werden im Durchschnitt 90 g Eiweiß pro Person pro Tag verzehrt. Einzelne Gegenden fallen allerdings hierbei ab. So weist die Grenzmark nur einen Durchschnittsverbrauch von 80,1 g auf.

Über das Verhältnis vom pflanzlichen zum tierischen Eiweiß ist zu sagen, daß es im allgemeinen 45 : 55 beträgt.

Fleisch wird im Durchschnitt 3—4 mal pro Woche gegessen, und zwar etwa 120 g pro Person pro Mahlzeit. Hierbei wird allgemein das Schweinefleisch bevorzugt, jedoch steht es nicht überall an so überragender Stelle wie in Pommern und der Grenzmark, wo es über 90 % des Fleischbedarfes deckt. An zweiter Stelle folgt Rindfleisch, dann Kalb- und Hammelfleisch.

Die Fischversorgung ist im Reich infolge der teils günstigen, teils äußerst schlechten Transportverhältnisse sehr verschieden. Oft kommen sie nur als Dauerwaren — geräuchert und in Blechdosen — zum Verkauf.

Die Milch ist als einer der wichtigsten Eiweißträger überall in der bäuerlichen Ernährung sehr beliebt. Führend sind die nord- und ostdeutschen Provinzen, wo bis zu 0,4 l Vollmilch und 0,2 l Magermilch verbraucht werden.

Der Eierverbrauch unterliegt starken jahreszeitlichen Schwankungen. Für den Gesamtjahresdurchschnitt im Reich sind hier pro Person pro Tag 0,7 Stück angegeben.

Die Fettversorgung war überall gesichert. Ost-, West- und Norddeutschland ernähren sich ausgesprochen fettreich. Für die Butter ergab sich im Reich ein Gesamtdurchschnitt von 58,2 g pro Person pro Tag. Die süddeutschen Länder lagen aber teilweise erheblich unter diesem Durchschnitt. Die pflanzlichen Fette waren an der Fettversorgung nur sehr gering beteiligt. Im wesentlichen wurde nur Öl zum Backen, Braten und für Salate gebraucht. Die Margarine trat zu Gunsten der Butter zurück.

Allgemein muß man die Ernährung in den Haushaltungen, die von der Umfrage erfaßt worden waren, sowohl in quantitativer als auch in qualitativer Hinsicht und auch bezüglich der Zusammensetzung als gut bezeichnen.

Vergleicht man nun die Ergebnisse dieser 5 Untersuchungen mit denen der 4 Grenzdörfer Schwente, Neu-Schwente, Kleschin und Wonzow, so trifft man auf recht erhebliche Unterschiede einerseits und große Parallelen andererseits. Hier wie überall ist die Ernährung gegendbedingt, d. h. sie ist abhängig von den Produktionsbedingungen der betreffenden Gegend, von Bodenbeschaffenheit, geologischer Struktur, Lage und Klima, wodurch dann auch wieder die soziale Lage der Bauern gekennzeichnet ist.

Während in der Grenzmark, in Pommern und in der Eifel die Kartoffel das Hauptnahrungsmittel ist, das bei jeder Mahlzeit in genügender Menge vorhanden sein muß, so tritt dafür im Spessart und bei den Winzern das frische Gemüse und das Obst mehr in den Vordergrund. Statt dessen werden in der Grenzmark und in Pommern wieder sehr viel Hülsenfrüchte — Erbsen und Bohnen — gegessen. Der Fleischkonsum ist wohl in allen untersuchten Gegenden mit Ausnahme der Eifel ungefähr der gleiche. Überall liegt er etwas unter dem deutschen Durchschnittsverbrauch von 53 kg pro Person pro Jahr. Lediglich in der Eifel liegt er mit 20—30 kg erheb-

lich unter diesem Durchschnitt. Der Milchverbrauch ist in den Gegenden mit Wiesenland, also auch vorwiegend in der Tiefebene recht beträchtlich und spielt in der bäuerlichen Ernährung eine sehr große Rolle. Aber auch im Spessart ist die Milchwirtschaft gut entwickelt, während im Gegensatz hierzu die Moselwinzer trotz eines erheblichen Rindviehbestandes keine Milchproduktion haben, da die Tiere allgemein als Zugvieh benutzt werden und bei dieser schweren Arbeit kaum noch Milch geben.

Zur Fischfrage ist noch zu sagen, daß nahezu in allen Gegenden mindestens einmal pro Woche Fisch gegessen wird. Allerdings hängt es auch ganz von den Transportmöglichkeiten ab. So ist z. B. die Eifel und teilweise auch der Spessart sehr benachteiligt, während in Pommern, seiner Lage entsprechend, oft Fisch gegessen wird.

V. Gesunde Ernährung auf dem Lande.

Die Ergebnisse der Untersuchungen in den vier Grenzdörfern widerlegen die auch heute noch in vielen Kreisen herrschende irrige Meinung, daß eine falsche und mangelhafte Ernährung wohl in der Großstadt, niemals aber in den ländlichen Haushaltungen mit ihren „natürlichen" Verhältnissen zu finden sei. Es ist falsch anzunehmen, daß die Ernährung des Bauern, insbesonders des Kleinbauern, immer eine gute und zweckmäßige sei. Die Ernährung auf dem Lande ist, wie schon in den vorigen Abschnitten genauer behandelt, an die Scholle gebunden, und lokale, soziale und landschaftliche Unterschiede machen sich überall bemerkbar. Der Dorfbewohner verzehrt grundsätzlich nur das, was ihm sein eigener Grund und Boden liefert. Hinzugekauft wird fast nichts! Daher kann man die saisonmäßigen Schwankungen als besonders kennzeichnend für die ländliche Ernährung werten. Nicht der Bedarf, sondern das Vorhandene sind hier im wesentlichen mitbestimmend; die Forderungen des Organismus müssen nur zu oft in den Hintergrund treten.

Der schon immer beschränkte und zum Teil karge deutsche Boden hat noch niemals eine Übersättigung unseres Volkes zugelassen und wird dies auch in der Zukunft nicht tun. Die Völkerwanderungen in alter Zeit und die Auswanderungen in neuerer Zeit zeigen immer wieder, daß es fast immer das mangelnde Brot ist, das deutsche Menschen, und oft die Besten in die Fremde gehen hieß. Wir dürfen es aber als Volk nicht zulassen, daß wertvolles deutsches Blut im Ausland untergeht oder aber dort resorbiert wird und damit dem Deutschtum verlustig geht. Schon aus diesem Grunde gehört die Ernährungsfrage zu den wichtigsten und aktuellsten Problemen der Jetztzeit. Eine gesunde, gesicherte Ernährungswirtschaft ist also nicht nur für den Bauern, sondern für das ganze Volk von grundsätzlicher Bedeutung und nicht nur eine wirtschaftliche, sondern auch politische Frage. Nur durch weitgehende Nahrungsfreiheit kann das deutsche Volk auch seine politische Freiheit und seine Weltgeltung wieder erobern. Für die heute überall geforderten Höchstleistungen genügt es auch nicht, daß unsere Nahrungsmittel nur ausreichen,

sondern sie müssen auch qualitativ höchstwertig sein und in ihrer Zusammensetzung eine gesunde Kost darstellen.

Die für die Erhaltung des Menschen unbedingt notwendige Nahrungsmenge kann man aus den Bedarfszahlen ersehen. Bedarfszahlen für die Nahrungsmittel selber lassen sich nicht aufstellen; für die Nährstoffe dagegen sind sie festgestellt worden. Unsere Nahrungsmittel sind trotz ihrer Vielfältigkeit durch eine geringe Anzahl von gleichartigen oder ähnlichen Bestandteilen ausgezeichnet, die man als Nahrungs- oder Nährstoffe bezeichnet. Hierzu gehören Eiweiß, Fett, Kohlehydrate, Salze, Vitamine und Wasser. Wieviel Nahrung der Körper überhaupt benötigt, hängt von dem Körpergewicht, der Körpergröße, dem Alter, dem Geschlecht und von der Körperarbeit ab, weniger dagegen von der Art der Ernährung. Will man nun den genauen Nahrungsverbrauch bestimmen, so muß man die mit den Nahrungsmitteln aufgenommenen Nährstoffe ermitteln und sie mit dem Bedarf an Nährstoffen vergleichen.

Für unsere heutige Ernährung gelten folgende Bedarfszahlen:

Der Eiweißbedarf beträgt pro kg Körpergewicht 1—1,5 g, so daß im Durchschnitt für einen gesunden Erwachsenen 70—80 g Eiweiß pro Tag erforderlich sind. Dieser Wert erhöht sich natürlich bei schwerer Arbeit, im Wachstum und in der Rekonvaleszenz.

Für Fett und Kohlehydrate ist es schwieriger, die Bedarfswerte festzulegen, da sich diese beiden Nährstoffe hier infolge der Leistungen des Stoffwechsels gegenseitig ersetzen können.

Beim Fett nimmt man daher im Durchschnitt eine Menge von 50—70 g an, wobei 30—40 % dieser Menge Qualitätsfett sein soll.

An Kohlehydraten wären hierbei 400—500 g pro Tag erforderlich.

Der tägliche Kochsalzbedarf liegt bei etwa 5 g, obgleich der tatsächliche Verbrauch allgemein viel höher liegt. Zwar ist der Verbrauch von 15 g Kochsalz für den Gesunden nicht schädlich, aber der Stoffwechsel kommt ohne Schwierigkeiten mit der oben angegebenen geringen Menge aus.

Der Wasserbedarf wechselt und ist abhängig von der Art der zugeführten Nahrung und von der durch Lunge und Haut ausgeschiedenen Wassermenge.

Insgesamt ist zur Sättigung eines Erwachsenen die Tagesmenge von etwa 1800 g fertig zubereiteter Speisen erforderlich.

Allgemein findet man auf dem Lande, daß Eiweiß und Fett in Form von Fleisch, Butter, Speck und Schweineschmalz in Mengen verzehrt werden, die der Körper weder verlangt noch benötigt. Diese Mängel müssen vor allem aus gesundheitlichen, dann aber auch aus volkswirtschaftlichen Gründen abgestellt werden.

Die Nahrung muß hinsichtlich der Menge und der Art der Nahrungsmittel für den Organismus zweckmäßig sein. Die unzweckmäßige Ernährung spielt heute sicher eine größere Rolle als die Unter- bezw. Überernährung früherer Jahrhunderte. So führt alleinige Fleischnahrung leicht zu Gesundheitsstörungen, z. B. häufigen Obstipationen und Fäulnisdyspepsie. Auch kann häufiger Genuß der purinreichen

inneren Organe bei entsprechender Veranlagung Gichtanfälle auslösen. Mit ausschließlicher Pflanzenkost ist die menschliche Ernährung zwar gesichert, aber ein berechtigter Grund für den völligen Ausschluß der Fleischkost liegt nicht vor. Am zweckmäßigsten ist wohl die Kost, die zu $^2/_3$ aus pflanzlichen und zu $^1/_3$ aus tierischen Nahrungsmitteln besteht.

Zu einer gesunden Ernährung auf dem Lande gehört auch die zeitliche Einteilung der einzelnen Mahlzeiten, wobei die Pünktlichkeit in der Einhaltung der einmal gewählten Ordnung besonders wichtig ist.

Bei der Beurteilung der Kost ist die Preiswürdigkeit von großer Bedeutung. Bei beschränkten Mitteln, wie es in den untersuchten 4 Dörfern ja der Fall ist, kommt es darauf an, die erforderlichen Kalorien und Nährstoffe möglichst billig zu beschaffen. Allgemein ist die eiweißreiche Kost teurer als die kohlehydratreiche, da die kohlehydrathaltigen Nahrungsmittel am billigsten sind.

Deshalb ist eine noch stärkere Propagierung und Förderung des Obst- und Gemüseverbrauchs erstrebenswert. Fast überall sind unsere Bauern erst in zweiter und dritter Linie Obstbauern. Allerdings spielt hier auch eine gewisse Unkenntnis der Zubereitungsarten eine Rolle. Frisches Gemüse wird oft noch als unwichtiges Nahrungsmittel abgelehnt. Sogar Sauerkraut ist in einzelnen Gegenden noch völlig unbekannt. Wesentliches für die Einführung der Pflanze in die alltägliche Ernährung haben die Schulgärten geleistet, die von Anfang an den Kindern die Pflanze und deren Verwendungsmöglichkeiten nahebrachten.

Durch aufklärende Vorträge vor den Frauen der Dörfer müßte auch noch erreicht werden, daß das Wasser, in dem das Gemüse gekocht wurde, also die „Gemüsebrühe", nicht nur immer den Schweinen zukommt, sondern im Haushalt für Erwachsene und Kinder weiterverwendet wird.

Über Fleisch und Fett, über Schlachtung und Konservierung wurde in den ersten Abschnitten schon ausführlich gesprochen. Hinzuzufügen wäre noch, daß auf jeden Fall eine bessere Einteilung des Schlachtfleisches durch eine planmäßige Vorratswirtschaft erzielt werden muß, denn, wie schon anfangs erwähnt, folgt dem „Zuviel" in der Zeit nach dem Schlachtfest bald eine sehr fleischarme Zeit. Die Vorratswirtschaft muß hier den Ausgleich bringen. Daß die Ernte natürlich ihren besonderen Anforderungen entsprechend in jeder Hinsicht eine Ausnahme macht, ist selbstverständlich.

Zum Schluß möchte ich noch auf zwei sowohl für unsere Volkswirtschaft als auch in der Gesundheitsführung wichtige Punkte eingehen, nämlich auf das „Magermilchproblem" und den Fischverbrauch.

In Deutschland werden 45—50 % der Gesamtmilchmenge zu Butter verarbeitet. Hierbei fällt als Nebenprodukt die vom Fett befreite Magermilch, also besser gesagt „entrahmte Milch" ab.

Nach Schweigart wird der größte Teil der in Deutschland abfallenden Magermilch verfüttert.

Im Volk gilt die Magermilch der Vollmilch gegenüber immer noch als minderwertig. Das ist aber grundfalsch, da sie im Gegenteil

noch von höchstem Nährwert ist. Zwar fehlt ihr das Fett und damit auch die Vitamine, aber die hochwertigen Eiweißkörper und die Salze sind noch vollständig in ihr enthalten. Die Magermilch ist ein Eiweißnahrungsmittel, das sehr viel billiger als Fleisch ist. Grimmer gibt an, daß 500 g mageres Rindfleisch etwa 125 g Eiweiß enthalten. Dieselbe Menge ist aber auch in 4 Liter Magermilch enthalten. Daneben hat diese noch so viele Kohlehydrate (Milchzucker), als 250 g Brot entsprechen. Der Vitaminmangel ist für Erwachsene ziemlich bedeutungslos, da diese ja in anderen Nahrungsmitteln reichlich vorhanden sind.

Das Kleinkind soll allerdings keine Magermilch bekommen, da bei ihm durch den Fett- und Vitaminmangel doch erhebliche Schädigungen auftreten können.

Ähnlich liegen die Verhältnisse beim Fischverbrauch. Trotz der recht günstigen Untersuchungsergebnisse in den 4 Grenzdörfern gab es auch dort noch viele Familien, die den Fisch als ein entbehrliches Nahrungsmittel ansehen.

Der Fisch könnte aber bei stärkerem Konsum den Verbrauch an Schweinefleisch wesentlich entlasten, wenn man bedenkt, daß in Deutschland pro Kopf und Jahr nur 11 kg Fisch, aber 53 kg Schweinefleisch gegessen werden. Allgemein hat die Fischzucht in den letzten Jahren wieder einen begrüßenswerten Aufschwung genommen, denn jede Vermehrung der Anfuhr von Fischen dient der Entlastung unseres Staatsetats für die Einfuhr von Eiweißstoffen.

Der Hauptanteil der deutschen Fischversorgung kommt aber den Seefischen zu. Durch die moderne Verkehrsentwicklung einerseits und durch den Ausbau der Küsten- und Hochseefischerei andererseits ist es jetzt möglich, auch den letzten Haushalt im entferntesten Grenzdorf mit Seefischen zu versorgen, wie es ja auch in den hier untersuchten Dörfern der Fall ist. Trotzdem hat der Verbrauch an Seefischen in unserem Volk lange nicht die Bedeutung, die ihm zukommen müßte. Der Fischverbrauch in Deutschland, der 1913 pro Kopf der Bevölkerung 9,2 kg betrug, ist bis 1935 nur auf 11,1 kg gestiegen. Wie ein großer Teil des Volkes immer noch über die Fischnahrung denkt, zeigt eine Statistik, die v. Tyszka aufgestellt hat. Der Autor untersuchte 1927/28 den Fischverbrauch in Hamburger Arbeiterhaushaltungen und fand zum Fleischverbrauch ein Verhältnis von 1 : 6. Als sich die Lebensbedingungen der arbeitenden Volksmassen dann besserten, zeigte sich, daß der Fleischkonsum sprungartig angestiegen war, während der Verbrauch an Fischen sich unvergleichlich langsamer erhöhte. Einer Verdoppelung des Fleischverbrauchs standen nur etwa 30 % Fischmehrverbrauch gegenüber. Hier muß durch Belehrung und Aufklärung aller Volksschichten über den Wert der Fischnahrung dafür gesorgt werden, daß das Eiweißbedürfnis in nationalpolitisch wünschenswerter und notwendiger Art befriedigt wird.

Unsere Pflicht soll es nun sein, den Landbewohner immer wieder daran zu erinnern, daß sowohl die Gesundheit wie auch die gute Arbeitsleistung und -fähigkeit weitgehendst von einer zweckmäßigen

Ernährung beeinflußt wird. Die Hauptverantwortung liegt hierbei in den Händen der Frau!

Wenn also der Frau auf dem Lande in allen Ernährungsfragen stets Helfer und Berater zur Seite stehen, seien es nun Ärzte oder Beauftragte des Reichsnährstandes, vorausgesetzt natürlich, daß die Frau auch gewillt ist, diesen Ratschlägen zu folgen, dann wird ein großer Teil der Sorgen um die ländliche Ernährung verschwinden und damit von dieser Seite her die Gesundheit auf dem Lande in Gegenwart und Zukunft besser gesichert sein!

F r a g e b o g e n .

für die ernährungsphysiologischen Untersuchungen
der Fachgruppe Medizin der Studentenführung der Universität Berlin.

Dorf: _____ Strasse: _____ Haus Nr.: _____

Name: _____ Vorname: _____ Beruf: _____

Kinderzahl: _____ Alter der Kinder: _____ schulpflichtig: _____

Wieviel Mahlzeiten am Tage: im Sommer: _____ wann: _____

im Winter: _____ wann: _____

Wieviel Personen nehmen an den täglichen Mahlzeiten teil: _____

Davon zur Familie gehörig: _____ davon Kinder unter 15 Jahren: _____

Viehbestand: Pferde: _____ Rindvieh: Ochsen: _____

Schweine: _____ Kühe: _____

Schafe: _____ Jungvieh: _____

Kleinvieh: _____

Geflügel: _____

Anbaufläche: (Angabe in qm oder Morgen)

Roggen: _____ Weizen: _____ Kartoffel: _____

Hafer: _____ Gerste: _____ Rüben: _____

Raps: _____ Wiesenland: _____ Wald: _____

Obstgärten: _____ sonstiger Anbau: _____

Wo stammt die Hausfrau her ? _____

Wieviel Wirtschaftsgeld steht der Hausfrau zur Verfügung: _____

Werden zum Frühstück Suppen gegessen: _____

Kartoffeln:

Wieviel Kartoffeln werden ungefähr pro Woche (nur zur Ernährung)

verbraucht: _____ In welcher Form: _____

zu welchen Mahlzeiten: _____

Gemüse und Obst:

Wie oft wird wöchentlich Gemuse gegessen: _____

Welches: Menge pro Mahlzeit und Familie:

_____

_____

_____

Welche Gemüsekonserven werden verbraucht: _____

Wird Gemüse roh gegessen: _____ und welches: _____

Wie oft wird pro Woche Obst gegessen: Im Sommer: _____

Im Winter: _____

im Sommer:		im Winter:	
welches:	wieviel pro Woche:	welches:	wieviel pro Woche:

Reicht die Obsternte aus: _____ Wird Obst nachgekauft: _____

Wird Obst eingekocht: _____ welches: _____

Welche Südfrüchte werden gegessen: _____

Welche Hülsenfrüchte werden gegessen: _____

In welcher Form: _____

Wieviel pro Mahlzeit: _____ Werden Pilze gegessen: _____

welche: _____ wie oft: _____

Fleisch, Fisch, Eier, Wurst:

Welches Fleisch wird gegessen: _____

Wie oft pro Woche: _____ Wieviel pro Mahlzeit: _____

Wird Wild gegessen: _____ Welches: _____

In welcher Form: _____

Wieviel pro Mahlzeit: _____ woher bezogen: _____

Wird Geflügel gegessen: _____ wie oft: _____

Wieviel Eier werden im Haushalt pro Woche verbraucht:

Im Sommer: _____ Im Winter: _____

Wieviel Eier bekommen die Kinder: _____

Werden Enteneier verbraucht: _____ gekocht oder roh: _____

Wird als Belag Speck, Schinken, oder Wurst (Angabe der Sorten)

verbraucht: _____

Wieviel pro Woche: _____

Wird selbst geschlachtet: _____ Wieviel im Jahr: _____

Brot:

Welches Brot wird gegessen (Roggen-, Weizen-, Mischbrot): _____

Wird Brot selbst gebacken: _____ oder vom Bäcker gekauft: _____

Wieviel Brot pro Woche: _____ Wieviel am Tage: _____

Werden vom Bäcker Brötchen gekauft: _____ Wieviel pro Tag: _____
Kuchenverbrauch: selbstgebacken oder gekauft: _____

_____

Milch:
Wieviel Milch wird täglich im Hause verbraucht: gekocht:
roh:
Vollmilch: _____ Magermilch: _____
Wird Buttermilch getrunken: _____
Was wird aus der Magermilch: _____
Wird weisser Käse selbst hergestellt und gegessen: _____
Wieviel pro Woche: _____
Wieviel Milch bekommt jedes Kind: _____

Fette:
Butterverbrauch pro Woche: _____ Schweineschmalz: _____
Margarineverbrauch: _____ Speck pro Woche: _____
Welche Kunstspeisefette (Palmin, Kokosfett) _____
Wieviel: _____
Oel (Lein- und Speiseoel) : _____ Wieviel: _____
Zuckerverbrauch:
Zuckerverbrauch pro Woche: _____ Honigverbrauch: _____
Marmeladeverbrauch: _____ Kunsthonig: _____
Salzverbrauch: (pro Woche oder Jahr aber nur Haushaltverbrauch, kein Schlachtverbrauch)
_____
Welche Gewürze werden gebraucht: _____
Essigverbrauch: _____
Welches ist das Hauptgetränk: (Bohnen-, Malz-, Kornkaffee, Tee, Kakao)
_____
Wann getrunken: _____
Bemerkungen:

_____
Unterschrift des Fragers

Schrifttum.

Bohn: Die Ernährung des Moselwinzers. Zeitschrift für Ernährung 2, 1932, 295.

Decken, Hans von der: Die Selbstversorgung Deutschlands mit Nahrungsmitteln. In: Deutschlands Nahrungs- und Futtermittelversorgung. Berlin 1933.

Dulon, Elisabeth: Untersuchungen über die Ernährung bäuerlicher Familien. Leipzig 1937.

Der Fisch in der menschlichen Ernährung: 3. Beiheft zur: „Die Ernährung". Leipzig 1938.

Flößner, Otto: Ernährung als gesundheitspolitisches Problem. In: Stepp: Ernährungslehre. Berlin 1939.

Flößner, Otto: Über die Ernährung auf dem Lande. Die Deutsche Landfrau 15, 1936.

Flößner, Otto: Nährstoffbedarf des Menschen. In: Carl Flügge: Grundriß der Hygiene. Berlin 1940.

Gerfeldt, Ewald: Unsere Nahrungs- und Genußmittel. Leipzig 1935.

Grimmer, W.: Milch, Magermilch, Quark. Zeitschrift für Ernährung 3, 1933, 290.

Der Hering als Nahrungs- und Genußmittel. Ztschrft. für Ernährung 3, 1933, 331.

Hintze, Kurt: Geographie und Geschichte der Ernährung. Leipzig 1934.

Hoeßlin, Heinrich v.: Die Bedeutung des Fleisches in der menschlichen Ernährung. Ztschrft. für Ernährung 3, 1933, 311.

König, Josef: Chemie der menschlichen Nahrungsmittel. 4. Auflage, Berlin 1929.

König, Josef: Nährwerttafeln. 12. Auflage, Berlin 1936.

Korte, Hermann: Deines Volkes Nahrungssorgen. Berlin 1936.

Lorz, Florian: Kriegsernährungswirtschaft und Nahrungsmittelsorge vom Weltkrieg bis heute. Hannover 1938.

Mayerhofer-Pirquet: Lexikon der Ernährungskunde. Wien 1925.

Rausch, Susanne: Die Ernährung der Kleinbauern in der Eifel. Zeitschrift für Ernährung 1, 1931, 62.

Scheunert-Krzywanek: Die Kost im bäuerlichen Haushalt. Leipzig 1932. Beihelfte zur Ztschrft. für Ernährung, Heft 1.

Schweigart, Fritz: Die ernährungswirtschaftlichen Grundlagen der Versorgung mit Milcherzeugnissen. „Die Ernährung" 2, 1937, 24.

Schweigart, Hans Adalbert: Der Ernährungshaushalt des deutschen Volkes. Berlin 1937.

Stepp, Wilhelm: Ernährungslehre. Berlin 1939.

Tiedke, Hans: Die Ernährungsweise des pommerschen Landarbeiters. Leipzig 1933. Beihefte zur Ztschrft. für Ernährung, Heft 2.

Tornau, Udo: Verbrauchsstatistik und Ernährung. In: Beiträge zur Ernährungsstatistik. Leipzig 1938, S. 1—31.

Wehsarg-Will: Das Ernährungsproblem im Spessart. Ztschrft. für Ernährung 2, 1932, 265.

Winkler, Willibald: Handbuch der Milchwirtschaft. Wien 1930 ff.

Lebenslauf.

Am 16. Juni 1914 wurde ich als Sohn des Lehrers Hans Schröter in Berlin geboren. Vom Oktober 1920 bis zum April 1924 besuchte ich die Volksschule, von 1924—1933 das Staatliche Prinz-Heinrichs-Gymnasium zu Berlin, wo ich am 7. März 1933 die Reifeprüfung ablegte. Anschließend ging ich vom April bis zum Oktober 1933 zum Freiwilligen Arbeitsdienst. Seit dem Wintersemester 1933/34 gehöre ich der Universität Berlin an, wo ich im 1. Semester Jura und ab Sommersemester 1934 Medizin studierte. Am 26. Oktober 1935 legte ich den ersten Teil und am 28. Februar 1937 den zweiten Teil der ärztlichen Vorprüfung ab. Am 1. April 1937 trat ich als Fahnenjunker (im San.-Korps) bei der Wehrmacht ein. Nach der halbjährigen Ausbildung beim Inf.-Regt. 16 in Oldenburg kehrte ich nach Berlin auf die Militärärztl. Akademie zurück zur Fortsetzung des Studiums. Im Sommer 1939 meldete ich mich zum medizinischen Staatsexamen. Nach erfolgreichem Bestehen der Prüfungen in den Fächern Innere Medizin, Patholog. Physiologie und Hals-, Nasen-, Ohrenkrankheiten mußte ich das Staatsexamen abbrechen und erhielt die Notbestallung als Arzt. Seit dem 21. Sept. 1939 bin ich als Truppenarzt zu einem Inf.-Regiment an die Westfront kommandiert.

Seit dem Sommersemester 1935 bin ich in der Fachgruppe Medizin der Studentenführung der Universität Berlin tätig gewesen. In meiner Eigenschaft als Arbeitsgemeinschaftsleiter der ernährungsphysiologischen Arbeitsgruppe nahm ich an sämtlichen Dorfuntersuchungen und Arbeitslagern teil, die von der Fachgruppe durchgeführt wurden. Hier erhielt ich die Anregungen zu der vorliegenden Arbeit. Meinem Wunsche folgend, die in der Grenzmark gefundenen Ergebnisse weiter auszuwerten, gab mir Herr Prof. Dr. Flößner das vorliegende Thema. Für das Entgegenkommen und die Förderung der Arbeit schulde ich Herrn Prof. Flößner den größten Dank, den ich hiermit abstatten möchte.